



알버타저널 발행인 안길웅

발행인의 데스크



전 알버타 여성 주지사 나틀리, 매일 새벽 달리기로 담배 끊어

32세 때 하루 한 갑 피던 골초숙녀 주지사 나틀리

9월 1일 새벽, 전 주지사 나틀리가 런닝복에 런닝화를 신고 호텔 엘리베이터에서 나오는 순간 나는 그녀를 간신히 알아 차릴 수 있었다. 전날 밤 늦게 캘거리에 도착했음에도 불구하고 그녀는 미리 잡은 일정대로 밖으로 뛰쳐나가려는 참이었다.

"나는 달리기에 대해 알리기 위해 캘거리에 왔으며, 우리는 달리기에 관하여 말 그대로 인터뷰를 진행하고 있습니다. 조금 긴장됩니다."라고 나를 전 주지사 나틀리에게 소개했다.

캐나다 정치인들은 레이첼 나틀리는 뛰는 속도가 갈수록 점점 빨라지고 있다고 말을 한다.

2019년 밴프에서 열리는 멜리사로드 레이스가 시작되기 3일 전에 하프 마라톤에 출전하기 위해 등록했다. 그녀의 연령대에서 평균적인 여성은 약 2시간 20분 안에 21km의 이벤트를 마칠 것이다.

인터뷰 전에 나틀리의 측근이 은밀하게 전화해서 나에게 관하여 질문을 했다.

단거리 달리기와 내리막 길을 나는 평균 6:15를 기록하지만 Notley의 레이스 결과는 5:45에 가까운 무언가를 할 수 있음을 보여주는 것이었다. 대화를 나누는 동안 Notley가 훈련에서 멜리사를 위해 휴식을 취하기 위해 페이스와 거리를 줄여야한다는 소식을 듣고 안심했다.

우리는 또한 나틀리의 정규 달리기 파트너인 Calgary MLA Joe Ceci를 기다리고 있었다. Ceci는 Notley가 "느리다"는 이유로 끊임없이 놀렸다

Ceci가 도착하면서 우리는 밖으로 나가 완벽한 달리기 아침을 맞이했다. 멋진 일출이 우리를 둘러싸고있는 시내 사무실 건물에 주황색 불빛을 비추는 시원한 가을 이른 아침이었다.

Notley가 달리기 시계를 설정하는 동안 Ceci는 보수 강남쪽 기슭의 통로를 따라 1시간 길이의 코스를 제안했다. 우연히도 그의 선거구인 Calgary-Buffalo를 통해 우리를 안내하게 되었다. 달리는 동안 동료 주저들과 Notley 그리고 Ceci 사이의 농담은 우리가 Eau Claire에서 출발 하면서 부터 시작되었다. Ceci는 "나틀리가 정기적으로 EPU(고위층 경호반)를 위반했습니다"라고 말했다.

"나는 정기적으로 EPU를 깨지 않았습니다."라고 그녀는 Ceci를 친숙하고 농담하는 방식으로 꾸짖으면서 "내가 규칙을 한 두 번 깨뜨린 것은 사실입니다."라고 자부심을 갖고 말했다. 그 동안 달린 기록을 숫자



로 볼 때 Notley는 진지한 주자이다. 자신의 지역 런닝 룸에서 수강한 몇 가지 과정의 교육 프로그램을 실습하고 있으며 매년 여러 레이스에 출전한다. Ceci의 지시에 따라 그녀는 마일리지를 추적하기 시작했고 1년에 2,000km를 달리겠다는 목표를 세웠다. 그것은 주당 40킬로미터보다 약간 적다. 그녀는 여행 중 이든 회의에 나가 앉아 있든 상관없이 뛰고 있다. 그녀는 스키 휴가 중인 겨울에도 뛰고 있다. Notley는 남편 Lou Arab이 최근에 달리기 시작했다고 밝혔다. 그녀는 "내가 그를 꺾어 냈다"고 자랑한다.

그러나 Notley는 또한 소셜 러너이며 친구, 동료 및 가족을 모집하여 그들과 함께 훈련하고 댄다.

"혼자있을 때 문 밖으로 나갈 수 있을만큼 훈련을 받기가 어렵습니다. 미리 계획을 세울 때 따라 가기가 훨씬 더 쉽지요"라고 나틀리가 경함담을 들려줬다.

Notley는 항상 이렇게 매일 새벽에 규칙적으로 달리기 전에 자신의 삶을 솔직하게 평가한다.

그녀는 10대에 담배를 피우기 시작했고, 20대가되자 단축 다이얼에 KFC를 사용했다. "나는 건강한 사람이 아니었습니다."라고 자신을 설명했다. 그런 다음 그녀는 달리기 하는 사람들을 우연히 발견했다. "저는 항상 그렇게 달

리는 사람들을 쳐다 보며 생각했습니다. 그래요, 그 사람들은 너무 멋져요. 모두가 얼마나 건강하고 상쾌하고 행복해 보이는지에 대한 존경심을 떨쳐버릴 수가 없었습니다. 나도 저 사람들 가운데 한 명이라면 좋겠다는 부러운 생각이 들었어요. 그러나 저는 그 사람들 가운데 한 명이 아니었지요." 그리고 나서 결심했습니다. "그래! 나도 (저 사람들처럼) 될 수 있다."

달리기는 담배를 끊으려는 그녀의 투쟁과 함께 진행되었습니다. "나는 여전히 자신을 회복된 흡연자라고 생각합니다. 하루에 한 갑을 피웠습니다. 그리고 내가 담배를 끊을 때까지 적어도 5~6번의 시도가 필요했습니다." 그녀는 달리기를 포기할 때마다 또 다시 시작했고, 그러다가 또 지쳐서 달리기를 그만두게 되면 스스로에게 말했다. "담배를 끊는다는 것은 건강에 너무나도 많은 도움을 줄텐데! 라고"

담배 끊기가 왜 그렇게 힘들었는지는 질문에 그녀는 내 눈을 사로 잡고 다른 노련한 정치인처럼 토론거리를 재빨리 구성했다. "나도 이전 이렇게 말하는 방식으로 더 잘할 수도 있고 다르게 할 수도 있다고 생각할만큼 자신이 생겼어요."

Notley가 마침내 담배를 끊었을 때 32세였으며 꾸준

한 달리기는 담배를 끊는 것에 대한 보상이되었습니다. "엔돌핀"이라고 그녀는 말했다. "니코틴을 엔돌핀으로 대체했습니다." 그녀의 남편은 놀랐다. 남편의 반응을 흉내내며 그녀는 "내가 사랑에 빠진 여자는 어떻게 됐어? 나와 함께 소파에 앉아! 뭐하는거야?!"

Notley가 Ceci에게 견고한 것인지 물으면서 St. Patrick's Island로가는 다리를 건넜습니다. 그녀는 약간의 부드러운 코칭을 제공하여 그의 훈련 계획에 10분 간격의 달리기와 1분의 걷기가 포함되어 있음을 상기시켰다. 우리가 걷는 동안 나는 그녀가 주지사 재임 시절에 달리기를 계속할 수 있었는지 물었다.

그녀는 바닥뛰는걸레에 대한 이야기로 시작했다.

"2015 선거가 있던 지 3~4일이 지난 후 드디어 약간의 시간을 내야했고 집은 재앙이었습니다. 내가하고 싶었던 것은 청소뿐이었습니다. 왜냐하면... 삶에 약간의 통제권이 남아 있기 때문이었습니다. 적절한 걸레도 없었고, 차를 타고 철물점에 가서 물건을 살 수도 없었습니다. 큰 걸레... 그래서 친구들에게 전화를 걸기 시작했어요. '오, 세상에, 큰 걸레가 필요해요. 두 세 개의 다른 큰 걸레가 배달되었지만 내가 원하는 종류가 아니었습니다. 모든 통제권을

▲전 주지사 나틀리의 런닝 모습 (사진중앙)

잃었기 때문에 거의 눈물을 흘릴 뻔했습니다."

Notley는 2008년 Edmonton-Strathcona의 MLA로 처음 선출된 후에 빠르게 사라지는 것을 보았습니다. "저는 전당 대회에서 두 사람 중 한 명이었고 13개의 비판 분야가 있었습니다. 그래서 저는 예, 미안해요. 제 인생의 이 부분은 끝났습니다." 그녀는 일주일에 세 번 이하로 달리고 가끔 밴프-채스퍼 릴레이에서 달렸다.

그러나 2015년에 주지사의 자리를 차지한 것은 예상치 못한 기회였다. "우리 NDP가 정권을 인수했을 때 갑자기 내 일정에 따라 달리는 사람들이 제 주변에 있었습니다. 내 인생에서 내가 통제할 수 있는 유일한 시간은 업무가 시작되기 전이라는 것을 알게 되었습니다. 그래서 더 많이 뛰기 시작했습니다. 그런 일이 일어날 것이라고 생각하지 않았했습니다." 알버타 침체가 심화되고 다른 주와의 갈등으로 어려움을 겪으면서 달리는 스트레스를 해소하는 중요한 방법이되었습니다.

Ceci가 "체중 조절도 하십시오."라고 덧붙이자 Notley는 즉각적으로 동의했다.

당시 주지사 나틀리는 재무부 장관인 Ceci와 커뮤니케이션 디렉터인 Cheryl Oates와 같은 친구와 동료의 지원을 받아 하프 마라톤 훈련을 재개했다. "Oates는 매우 훌륭하고 매우 적합했습니다. 그녀는 주자가 아니었지만 우리는 이곳 저곳을 여행하기 시작했고 그녀는 주자가 되었습니다."라고 말했다.

그리고 물론 그녀의 보안 세부 사항도 있었습니다. Notley가 주지사가 된 직후

EPU 멤버들이 그녀가 달리는 동안 그녀를 호위하기 시작했다. Joe Ceci는 달리기에 다시 뛰어 들었습니다. 주지사의 경호는 전문가이자 건강하고 강한 젊은 경호원으로 공석을 채우기 시작하면서 더 까다로워졌습니다.

흡연이 백해 무익하다는 것은 널리 알려진 사실입니다.

625사변과 함께 유엔 결의에 따라 북과 침략군을 퇴각시키기 위해 조용한 아침의 나라 한반도에 상륙했던 유엔군들 가운데 가장 많은 병력을 지닌 미군들 소위 아메리칸 GI들이 피우던 담배 종류는 이루어야 할 수 없었습니다.

Malboro, Salem, Viceroy, Kent, Lucky Strike, Camel, Kent, Newport 그리고 Pall Mall 등, 등... 미군 병사들의 이름만큼이나 많았지요.

그러나 이런 대부분의 담배들이 미국산이 아니고 영국산이었다는 것을 아십니까?

그 당시 물론 남학생들에게 해당되는 이야기겠지만 규율부원들이 교문에 지켜서서 담배 피우는가를 확인하기 위해 등교하는 학생들의 입안을 들여다 보기도 하고 냄새를 맡기도 하는 진풍경이 벌어지던 때도 있었습니다. 재밌는 것은 사실 규율부장 자신이 담배를 피우는 녀석이었다는 점이었습니다.

고교를 졸업하고 머리를 조금씩 기르기 시작하던 청소년들이 미군부대에서 흘러나오는 많은 양담배들 가운데 길이가 가장 긴 담배가 Pall Mall, 아니면 Kent를 선호하던 시기도 있었습니다. 사춘기 청소년들을 매혹시키는 담배 길이에 관한 이야기가 있었지요. 무인도에 있는 감옥으로 징역살이를 떠나는 애인이 간수에게 마지막 부탁이 라면서 담배 한 개지지만 더 피울 시간을 요청했답니다. 사랑하는 아가씨가 곁에서 서서 청년이 담배를 다 피울 때까지 떠나지 않는 것은 당연한 수순, 그런 일이 있고 나서부터 Pall Mall은 필터 길이만큼 담배를 몇 불었다는 호랑이 담배 피우던 시절 이야기가 청소년들에게 어필(appeal)한 적도 있었습니다. 요즘은 Kent, Pall Mall 등, 등... 필터가 붙지 않은 담배가 없더니 세상이 많이 바뀐 셈이지요.

담배는 우리 곁에서 사라져야 할 백해무익한 기호품입니다.

편집자주: 주류 신문에 게재된 건강기사를 여러 동료들과 공유하고자 보내주시는 독자들이 계십니다.

전 알버타 여성 주지사(신민당)가 골초였다는 사실도 새로운 내용이고 주지사의 건강에 일조하기 위해 아침마다 달리에 함께했다는 뒷 이야기는 귀감이 아닐 수 없습니다. 이 기사를 보내주시는 독자님께 감사드립니다.